

## 3. 脳卒中一般の発症予防

### 3-1. 脳卒中一般の危険因子の管理 (6) 飲酒

#### 推奨

脳卒中予防のためには、大量の飲酒を避けるべきである(グレードA)。

#### ●エビデンス

出血性脳卒中(脳出血やクモ膜下出血)の発症率と飲酒量との間には直線的な正の相関関係がある<sup>1-6)</sup>(IIb)。一方、虚血性脳卒中の発症率と飲酒量との間にはJ(またはV)カーブ現象がみられ、非飲酒者と比べ、少量～中等量の飲酒者では虚血性脳卒中の発症率は低く、大量飲酒者では高い<sup>3-8)</sup>(IIb)。本邦で行われたJapan Public Health Center (JPHC) Study Cohort I<sup>9)</sup>では、機会飲酒者と比べ、大量飲酒(エタノール450g/週以上)者で全脳卒中の発症率が68%増加し、特に出血性脳卒中の中でもクモ膜下出血の発症率が著しく増加した。一方、少量～中等量(エタノール1～149g/週)の飲酒者では、機会飲酒者と比べ、虚血性脳卒中の発症率が39%少なく、ラクナ梗塞でより顕著であった(III)。

#### 引用文献

- 1) Donahue RP, Abbott RD, Reed DM, Yano K. Alcohol and hemorrhagic stroke. The Honolulu Heart Program. JAMA 1986 ; 255 : 2311-2314
- 2) Camargo CA Jr. Moderate alcohol consumption and stroke. The epidemiologic evidence. Stroke 1989 ; 20 : 1611-1626
- 3) Kiyohara Y, Kato I, Iwamoto H, Nakayama K, Fujishima M. The impact of alcohol and hypertension on stroke incidence in a general Japanese population. The Hisayama Study. Stroke 1995 ; 26 : 368-372
- 4) Iso H, Kitamura A, Shimamoto T, Sankai T, Naito Y, Sato S, et al. Alcohol intake and the risk of cardiovascular disease in middle-aged Japanese men. Stroke 1995 ; 26 : 767-773
- 5) Gill JS, Zezulka AV, Shipley MJ, Gill SK, Beevers DG. Stroke and alcohol consumption. N Engl J Med 1986 ; 315 : 1041-1046
- 6) Gorelick PB, Sacco RL, Smith DB, Alberts M, Mustone-Alexander L, Rader D, et al. Prevention of a first stroke : a review of guidelines and a multidisciplinary consensus statement from the National Stroke Association. JAMA 1999 ; 281 : 1112-1120
- 7) Reynolds K, Lewis B, Nolen JD, Kinney GL, Sathya B, He J. Alcohol consumption and risk of stroke : a meta-analysis. JAMA 2003 ; 289 : 579-588
- 8) Di Castelnuovo A, Rotondo S, Iacoviello L, Donati MB, De Gaetano G. Meta-analysis of wine and beer consumption in relation to vascular risk. Circulation 2002 ; 105 : 2836-2844
- 9) Iso H, Baba S, Mannami T, Sasaki S, Okada K, Konishi M, et al. Alcohol consumption and risk of stroke among middle-aged men : the JPHC Study Cohort I. Stroke 2004 ; 35 : 1124-1129